

# HEPATITIS C: CO-INFECCION

Arizona Department of Corrections  
Health Service Bureau

Inmate Wellness Program  
HEP1022-E-S-01/06

Al hecho de estar infectado con hepatitis C y VIH, se le conoce como *co-infección*. Estas dos enfermedades son muy diferentes, por lo que es muy importante obtener información de ambas.

## Puntos Básicos del VIH

El VIH es el virus que causa SIDA. Se transmite principalmente a través de la sangre y por contacto sexual. Es posible tener VIH y sentirse saludable. Al transcurrir muchos años el virus puede debilitar el sistema inmunológico, impidiendo que el cuerpo combata enfermedades infecciosas.

Existen muchos tratamientos para ayudar a personas con VIH. Como resultado, muchas personas VIH ya viven mucho más tiempo y más saludables que antes. Aún así, todavía no hay cura para la infección con VIH.

## Los efectos del VIH

VIH afecta todo el sistema inmunológico, incluyendo la capacidad del cuerpo de combatir la hepatitis C. Como resultado, es posible desarrollar un caso más grave de hepatitis C que alguien que no tenga VIH.

## Efectos en el tratamiento

Es posible tratar con éxito el VIH y la hepatitis C en el caso de personas con co-infección. Es importante que hable con la persona que le proporciona cuidados médicos acerca de las opciones de tratamiento, por dos motivos: algunos tratamientos contra el VIH pueden causar daños al hígado, y tener el VIH puede agravar los efectos secundarios de algunos medicamentos que se emplean para la hepatitis C.

## Cómo conservar la salud

La mejor forma de evitar que la co-infección se convierta en un problema grave de salud es mantener su cuerpo e hígado sanos siguiendo los siguientes consejos:

- No consuma drogas o alcohol, ni tenga relaciones sexuales sin protección. Recuerde que las drogas y el alcohol

pueden agravar su enfermedad. Al tener relaciones sexuales sin protección se puede transmitir el VIH y la hepatitis C a otras personas.

- Hable con su doctor sobre las vacunas que puede recibir como protección contra la hepatitis A y B.
- Evite tomar medicamentos o vitaminas que puedan causar más daño al hígado. No tome nada sin consultarlo primero con el personal de cuidados de la salud.
- Deje de fumar.

## ¿Qué más puedo hacer si tengo una co-infección de VIH y hepatitis C?

Tener VIH o hepatitis C es de por sí algo difícil. Saber que tiene ambas al mismo tiempo podría parecer algo abrumador. Estos son unos consejos que podrían ayudarle:

- Muestre respeto hacia su cuerpo. Ingiera alimentos saludables, tome mucho agua y descanse bien. Trate de hacer ejercicio todos los días.
- No beba alcohol. El alcohol debilita el sistema inmunológico y daña al hígado incluso en el caso de personas sanas.
- Siga los consejos de su doctor. Siga todas las instrucciones del médico y haga preguntas si no comprende. Trate de cumplir con todas sus citas. Si tiene algún problema llene una forma HNR de inmediato.
- Manténgase informado. El VIH y la hepatitis C son dos de los temas médicos más importantes actualmente.

"Este documento es una traducción del texto del original escrito en inglés. Esta traducción no es una traducción oficial y no está comprometiendo en este estado o una subdivisión política de este estado."